|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* |  |  |  |  |  |  | ***07.06.2023 (Ясли, 1ср)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Ясли)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***Завтрак*** |  |  |
| ***25*** | ***Бутерброд с маслом*** | Ккал.-84, белки-2, жиры-4, углев.-10 |
|  | *хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое* |  |  |
| ***147*** | ***Каша жидкая молочная манная*** | Ккал.-159, белки-5, жиры-7, углев.-20, Витамин С-1 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* |  |  |
| ***148*** | ***Какао с молоком*** | Ккал.-86, белки-3, жиры-2, углев.-13, Витамин С-1 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, какао порошок* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-329, белки-10, жиры-13, углев.-43, Витамин С-2 |
| ***Второй завтрак*** |  |  |
| ***53*** | ***Яблоки свежие***  | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 |
| ***Обед*** |  |  |
| ***29*** | ***Икра овощная*** | Ккал.-32, белки-1, жиры-2, углев.-3, Витамин С-3 |
|  | *свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, чеснок* |  |  |
| ***165*** | ***Суп картофельный с мясными фрикадельками*** | Ккал.-82, белки-5, жиры-4, углев.-6, Витамин С-8 |
|  | *картофель, говядина 1 кат., морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка), яйцо столовое* |  |  |
| ***76*** | ***Котлета рубленная из говядины*** | Ккал.-215, белки-12, жиры-13, углев.-13, Витамин С-1 |
|  | *говядина 1 кат., молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, лук репчатый, мука пшеничная, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***81*** | ***Каша гречневая рассыпчатая***  | Ккал.-113, белки-4, жиры-3, углев.-17 |
|  | *крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***15*** | ***Соус молочный (для подачи к блюду)*** | Ккал.-17, белки-1, жиры-1, углев.-1 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная, соль пищевая, сахар песок* |  |  |
| ***150*** | ***Компот из свежих фруктов*** | Ккал.-57, углев.-14, Витамин С-3 |
|  | *груша, яблоки, сахар песок* |  |  |
| ***36*** | ***Хлеб ржаной*** | Ккал.-63, белки-2, углев.-12 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-579, белки-25, жиры-23, углев.-66, Витамин С-15 |
| ***Полдник*** |  |  |
| ***119*** | ***Кефир*** | Ккал.-63, белки-3, жиры-3, углев.-5, Витамин С-1 |
| ***75*** | ***Ватрушка с творогом*** | Ккал.-219, белки-11, жиры-5, углев.-33 |
|  | *мука пшеничная, творог 5% -9%, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, яйцо столовое, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая, дрожжи сухие, масло растительное, ванилин* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-282, белки-14, жиры-8, углев.-38, Витамин С-1 |
| ***Ужин*** |  |  |
| ***181*** | ***Рагу овощное*** | Ккал.-138, белки-3, жиры-4, углев.-21, Витамин С-38 |
|  | *картофель, капуста белокачанная, морковь, кабачки, лук репчатый, сметана 15%, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная, соль пищевая* |  |  |
| ***150*** | ***Чай с сахаром*** | Ккал.-30, углев.-7 |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* |  |  |
| ***21*** | ***Хлеб пшеничный*** | Ккал.-49, белки-2, углев.-10 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-217, белки-5, жиры-4, углев.-38, Витамин С-38 |
|   |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 432, белки-54, жиры-48, углев.-190, Витамин С-61 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик |   |  | Калькулятор |   |   |  | Заведующий д/с |   |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* |  |  |  |  |  |  | ***07.06.2023 (Сад, 1ср)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Сад)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***Завтрак*** |  |  |
| ***26*** | ***Бутерброд с маслом*** | Ккал.-88, белки-2, жиры-4, углев.-10 |
|  | *хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое* |  |  |
| ***171*** | ***Каша жидкая молочная манная*** | Ккал.-185, белки-6, жиры-8, углев.-23, Витамин С-2 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* |  |  |
| ***178*** | ***Какао с молоком*** | Ккал.-103, белки-4, жиры-3, углев.-15, Витамин С-1 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, какао порошок* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-376, белки-12, жиры-15, углев.-48, Витамин С-3 |
| ***Второй завтрак*** |  |  |
| ***53*** | ***Яблоки свежие***  | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 |
| ***Обед*** |  |  |
| ***49*** | ***Икра овощная*** | Ккал.-54, белки-1, жиры-3, углев.-6, Витамин С-5 |
|  | *свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, чеснок* |  |  |
| ***185*** | ***Суп картофельный с мясными фрикадельками*** | Ккал.-92, белки-5, жиры-5, углев.-7, Витамин С-9 |
|  | *картофель, говядина 1 кат., морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка), яйцо столовое* |  |  |
| ***86*** | ***Котлета рубленная из говядины*** | Ккал.-244, белки-14, жиры-14, углев.-15, Витамин С-1 |
|  | *говядина 1 кат., молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, лук репчатый, мука пшеничная, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***111*** | ***Каша гречневая рассыпчатая***  | Ккал.-155, белки-5, жиры-5, углев.-23 |
|  | *крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***39*** | ***Соус молочный (для подачи к блюду)*** | Ккал.-44, белки-1, жиры-3, углев.-3, Витамин С-1 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная, соль пищевая, сахар песок* |  |  |
| ***180*** | ***Компот из свежих фруктов*** | Ккал.-69, углев.-16, Витамин С-4 |
|  | *груша, яблоки, сахар песок* |  |  |
| ***46*** | ***Хлеб ржаной*** | Ккал.-80, белки-3, жиры-1, углев.-15 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-738, белки-29, жиры-31, углев.-85, Витамин С-20 |
| ***Полдник*** |  |  |
| ***138*** | ***Кефир*** | Ккал.-73, белки-4, жиры-3, углев.-6, Витамин С-1 |
| ***75*** | ***Ватрушка с творогом*** | Ккал.-219, белки-11, жиры-5, углев.-33 |
|  | *мука пшеничная, творог 5% -9%, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, яйцо столовое, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая, дрожжи сухие, масло растительное, ванилин* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-292, белки-15, жиры-8, углев.-39, Витамин С-1 |
| ***Ужин*** |  |  |
| ***212*** | ***Рагу овощное*** | Ккал.-161, белки-4, жиры-5, углев.-24, Витамин С-44 |
|  | *картофель, капуста белокачанная, морковь, кабачки, лук репчатый, сметана 15%, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная, соль пищевая* |  |  |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | Ккал.-40, углев.-10 |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* |  |  |
| ***31*** | ***Хлеб пшеничный*** | Ккал.-73, белки-2, углев.-15 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-274, белки-6, жиры-5, углев.-49, Витамин С-44 |
|   |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 705, белки-62, жиры-59, углев.-226, Витамин С-73 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |